tasdiqulquran.or.id
Tasdiqul Qur'an
@tasdiqulquran
Tasdiqiya Channel
tasdiqul quran
@tasdiqulquran
tasdiqul quran
2B4E2B86
081.2236.79144

EDISI 47
DESEMBER 2015
(JUM'AT MINGGU KE-2)

Membangun Akhlaq Qurani

Buletin ini diterbitkan oleh:

Perum Sarimukti, Jl. H. Mukti No. 19A
Cibaligo Cihanjuang Parongpong
Bandung Barat 40559
Telefax: +62286615556
Mobile: 081223679144 | PIN: 2B4E2B86
email: tasdiqulquran@gmail.com
Web: www.tasdiqulquran.or.id

Shalat: Terapi Kejiwaan Terbaik

> *"Sungguh beruntung orang yang mensucikan dirinya dan mengingat nama Tuhannya, lalu dia mendirikan shalat."*
> **(QS Al-A'lâ, 87:14-15)**

Dalam sebuah seminar, psikiater senior Indonesia, Prof. Dr. Zakiah Daradjat mengungkapkan salah satu pengalamannya dalam menghadapi pasien yang berkonsultasi kepadanya. Dalam makalahnya dia menulis:

"Dia adalah seorang pria berusia 40 tahunan lebih, pegawai negeri dengan jabatan yang cukup tinggi. Pada suatu hari, tiba-tiba dia menjadi buta ketika sedang menghadiri suatu rapat. Ketika sedang membacakan kesimpulan rapat tersebut, tiba-tiba dia tidak dapat melihat tanpa sebab. Rekan-rekannya segera membawanya ke dokter mata, lalu matanya diperiksa. Namun, dokter tidak menemukan adanya kelainan pada mata bapak itu.

Setelah sekian lama tidak juga menemukan obat penyembuh, dia menjadi sedih dan putus asa. Dia pun mulai ditimpa sejumlah penyakit, seperti insomnia, hipertensi, maag, kegelisahan, dan sebagainya. Akhirnya, instansi tempatnya bekerja mengirim dia berobat ke luar negeri. Setelah empat bulan berobat, dia kembali ke tanah air dan matanya tetap buta, tidak ada perubahan sama sekali.

Setelah putus asa, dia dibawa oleh istrinya ke beberapa paranormal (dukun). Oleh paranormal dia disuruh melakukan hal yang aneh-aneh, seperti membasuh muka dengan air yang disimpan di atas kuburan dan dilakukan pada waktu malam, dan sebagainya. Namun, penyakit yang dia derita tidak kunjung sembuh. Setelah itu, dia mencoba pergi ke tukang pijit kenamaan, tetapi tidak berhasil juga. Bapak yang menderita itu bertambah sedih dan sangat putus asa.

Pada suatu hari dengan ditemani istrinya, dia datang kepada saya dengan kapasitas sebagai seorang dokter jiwa. Dia minta tolong agar saya menyembuhkan penyakitnya. Setelah menceritakan peristiwa kebutaan-nya serta perkembangannya sejak dia mulai buta dan berbagai pengobatan yang telah dilaluinya, saya katakan kepadanya bahwa saya bukan dokter mata, akan tetapi saya adalah "dokter jiwa". Ia menangis perih dan istrinya memohon dengan sangat agar saya mau menolong mengobati suaminya, siapa tahu Allah akan membantunya lewat pengobatan kejiwaan. Saya kasihan padanya dan saya katakan, 'Pengobatan akan dilakukan hanya dengan percakapan semacam interview tentang diri Anda. Boleh jadi pembicaraannya akan sampai pada masalah-masalah kecil dan sangat pribadi tentang diri Anda." Dia senang dan setuju dengan saran saya.

Berjalanlah pengobatan selama sebelas kali pertemuan dalam jangka waktu empat bulan. Dalam pertemuan pertama, dia bercerita tentang dirinya sejak duduk di sekolah menengah sampai matanya buta. Ditemukan bahwa dia adalah seorang Muslim yang tidak pernah shalat, apalagi berzikir, dan tidak pandai membaca Al-Quran. Diapun banyak sekali melakukan perbuatan maksiat, khususnya dalam hubungan dengan wanita dan dia tidak merasa bersalah dengan perbuatannya tersebut. Saya menyuruhnya belajar shalat dengan bimbingan istri. Kepadanya saya berikan buku penuntun shalat.

Pada pertemuan ketiga, dia menyatakan telah pandai shalat dan mampu menghapal surat-surat pendek seperti surat Al-Ikhlas, Al-Falaq dan An-Nâs. Diamelaporkan pula bahwa kesehatannya mulai membaik, tekanan darahnya turun, dan tidurnya agak nyenyak. Diabertanya, "Apakah Allah mau menerima tobat saya?" Lalu saya jawab, "Ya". Kemudian, saya bacakan kepadanya surat Ali Imran ayat 133-136 dan saya terjemahkan ke dalam bahasa Indonesia, kemudian saya terangkan maknanya secara singkat.

Pada pertemuan kesebelas, dia datang dengan wajah gembira dan berkata bahwa Allah telah menerima tobatnya dan telah mengembalikan kepadanya penglihatannya. Diatelah mampu melihat dan dia berjanji akan belajar membaca Al-Quran dan melakukan shalat dengan taat, banyak berzikir, serta tidak melakukan perbuatan yang terlarang dalam agama Islam.

Kesimpulannya, kasus ini menunjukkan betapa besarnya mukjizat Al-Quran dan sunnah terhadap pria yang menderita kebutaan selama lebih dari empat tahun. Dia pun telah meminta tolong pula ke beberapa dukun dan tukang urut, akan tetapi tidak ada perubahan apa-apa. Setelah semua usahanya gagal, pria yang sakit itu menjadi sangat sedih, menderita batin dan putus asa. Kemudian, harapan dan cita-citanya kembali muncul ketika saya mengatakan kepadanya bahwa Allah Ta'ala akan mengampuni semua dosa dan memperkenankan semua doa orang yang menderita, sehingga kesehatan jiwanya berangsur pulih, harapan dan cita-citanya yang telah pupus pun tumbuh kembali. Akhirnya, Allah Swt. mengembalikan kembali penglihatan kepadanya. Setelah itu, dia pun menjadi seorang Muslim yang taat yang tidak pernah meninggalkan shalat lima waktu dan membaca Al-Quran."

* * *

Shalat adalah hadiah terindah dari Allah kepada orang-orang beriman. Demikian istimewanya shalat, perintah pelaksanaannya pun Allah Ta'ala wahyukan langsung Rasulullah saw. tanpa perintah Jibril melalui Isra Mi'raj. Ini berbeda dengan perintah-perintah lainnya, semisal perintah zakat, shaum Ramadhan, ibadah haji, dan sebagainya.

Maka, keistimewaan shalat tidak terbantahkan. Shalat jadi amalan pertama yang diwajibkan atas Rasulullah saw. Bahkan, sebelum beliau, para nabi dan rasul sudah menjalankan shalat meski caranya berbeda-beda. Itulah mengapa, shalat dikatakan sebagai tiang yang menyangga bangunan Islam (HR Baihaqi). Di akhirat, shalat pun menjadi amalan yang pertama kali dihisab. Bagus shalatnya, jalan ke surga pun akan semakin mulus.

Beberapa penelitian ilmiah terkini pun menunjukkan, bahwa shalat memiliki segudang manfaat, khususnya dari sudut kesehatan fisik, mental, dan ruhani termasuk di dalamnya mengurangi stres dan depresi. Hal ini disebabkan karena shalat mengandung aspek-aspek yang dapat mengembangkan mentalitas sehat, semisal aspek gerak, relaksasi otot, relaksasi kesadaran indra, aspek meditasi, auto-sugesti, penyaluran emosi (katarsis), pembentukan kepribadian, dan juga terapi air melalui wudhu.

Selain itu, shalat pun akan menggugurkan dosa. Rasulullah saw. bersabda, "Tahukah kalian sekiranya ada sungai di depan pintu (rumah) salah seorang di antara kalian, dia mandi di dalamnya setiap lima kali, apakah masih ada yang tersisa dari kotorannya?" Mereka menjawab, *"Tidak ada yang tersisa sama sekali". Nabi saw. bersabda, "Yang demikian itu adalah perumpamaan shalat lima (waktu). Allah menghapuskan dosa-dosa dengannya."* (HR Bukhari, Muslim, Tirmidzi, Nasa'i, Ibnu Majah).

Maka, masih beranikah kita menyepelekan shalat? (Abie Tsuraya/Tas-Q) ***

Labil karena Ditinggal Suami

Assalamu'alaikumwwb.

Saat ini saya tengah berada dalam kondisi yang labil. Suami dan anak sulung saya meninggal dalam sebuah kecelakaan. Tidak lama kemudian orangtua (bapak) meninggal pula karena sakit. Untuk saat ini saya "terpaksa" jadi single parent dan harus mengurus dan membesarkan anak sendirian. Namun demikian, penghasilan saya dan peninggalan suami terbilang cukup. Saya pun sedikit banyak mendapat support dari keluarga dan teman-teman. Yang jadi masalah kondisi kejiwaan saya masih labil. Apa yang harus saya lakukan dan bagaimana caranya agar hati kita ikhlas kepada Allah dalam menerima cobaan ini? Terima kasih. +62 8121238xxxx

Jawab:

Wa'alaikumussalam wwb.

Saudariku, kematian seseorang sepenuhnya berada dalam genggaman Allah Ta'ala dan Dia sekali-kali tidak akan berbuat zalim kepada hamba-Nya. Suami dan anak meninggal dengan cara kecelakaan, sedangkan ayah meninggal karena sakit, itulah takdir Allah. Dan, kematian bukan sesuatu yang merugikan apabila ada di jalan Allah.

Tugas orang yang ditinggalkan sekarangadalah menjaga nama baik mereka, menjaga silaturahim dengan orang-orang yang dekat dengan Almarhum, menjaga amanah yang ditinggalkan oleh suami dan ayah, serta terus mendoakan kebaikan bagi mereka.

Adapun terkait masalah hati, kita harus memahami antara ikhlas dengan ridha. Ikhlas adalah kondisi hati berkaitan dengan perbuatan kita yang ditujukan kepada Allah Ta'ala; sedangkan ridha adalah kondisi hati ketika menerima ketentuan dari-Nya. Jadi, dalam kondisi ini, yang lebih tepat untukkita lakukan adalah ridha dengan ketentuan Allah bukannya ikhlas.

Peristiwa ini pasti akan membawa kebaikan apabila disikapi dengan kesabaran. Oleh karena itu, kita jangan mengunci diri dalam perbuatan atau pola pikir yang tidak menjadi solusi. BerIbu harus berusalah untuk memotong pikiran-pikiran negatif agar tidak menghambat aktivitas. Bahkan, saudari penanya jangan takut menikah lagi, kalau dengan menikah lagi bisa menjadi solusi terbaik. ***

AL-RAQÎB,
Allah Yang Maha Mengawasi

Apabila engkau merasa sendirian pada suatu saat, janganlah engkau katakan: 'Aku sendirian' akan tetapi katakanlah: 'Aku ada yang mengawasi'. Dan, janganlah engkau mengira bahwa Allah dapat lengah walau sesaat, dan jangan pula mengira bahwa apa yang kau sembunyikan itu tersembunyi bagi-Nya."

Untaian syair yang diungkapkan Imam Ahmad bin Hanbal ini menggambar salah satu asma' Allah Ta'ala, yaitu Ar-Raqîb; Allah Yang Maha Mengawasi. Kata Ar-Raqîb, yang akar katanya terdiri dari tiga huruf ra', qaf dan ba', memiliki makna dasar "tampil tegak lurus untuk memelihara sesuatu". Seorang pengawas dinamakan raqîb karena dia tampil memperhatikan dan mengawasi untuk memelihara yang diawasinya.

Merujuk pada akar kata Ar-Raqîb, kepengawasan Allah tidak bertujuan untuk mencari-cari kesalahan makhluk-Nya.Kepengawasan-Nya dimaksudkan untuk mengarahkan, membimbing, dan memelihara agar hamba-Nya tidak terjerumus pada kesesatan. Apa buktinya? Saat terbetik niat buruk dalam hati, niat tersebut tidak langsung dicatat sebelum dilaksanakan dalam bentuk tindakan. Sebaliknya, sebuah niat yang baik, walau belum dilaksanakan sudah mendapat satu pahala. Ketika dilaksanakan, pahalanya dilipatgandakan sampai sepuluh kali atau lebih.

Boleh jadi kita ingin berbuat maksiat, akan tetapi karena kasih sayang-Nya, Allah Ta'ala menggagalkan rencana tersebut. Ada banyak jalan bagi Allah Ta'ala untuk menggagalkan niat buruk manusia. Semua terjadi karena Allah Ta'ala berkehendak melindungi kita dari maksiat. Allah Mahatahu segala akibat dan konsekuensi dari semua yang kita cita-citakan. Maka, beruntunglah orang yang "diselamatkan" Allah dari kemaksiatan, dan merugilah orang yang terkena istidraj. Allah memenuhi segala keinginannya, untuk kemudian dicampakkan ke tempat yang serendah-rendahnya.

Terkait asma' Allah Ar-Raqîbini, para ulama pun berpendapat bahwa dia memiliki makna yang sama dengan asma' Al-Hafizh, walau pada satu sisi memiliki perbedaan. Imam Al-Ghazali berpendapat bahwa Ar-Raqîb lebih spesifik daripada Al-Hafizh. Sebab, Ar-Raqîbadalah yang menjaga sesuatu sehingga tidak terlupakan olehnya. Dia Mengetahui segala sesuatu dengan pengetahuan yang pasti dan terus melekat sehingga sesuatu itu senantiasa berada dalam pengawasan-Nya.

Meneladani Asma' Ar-Raqîb

Seorang hamba dari Ar-Raqîb, dia akan sampai pada tingkat murâqabah, yaitu terkonsentrasinya pikiran, dengan segenap kekuatan jiwa serta pemeriksaan yang dengannya sang hamba akan mengawasi dirinya dengan cermat, sebagai akibat hadirnya rasa dipandang dan diawasi oleh Yang Mahakuasa.

Dia sangat paham dengan firman-Nya, "... Dan Dia bersama kamu di mana saja kamu berada. Dan Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan." (QS Al-Hadîd, 57:4). Ya, Allah Ta'ala mengawasi dan menjadi saksi atas segala perbuatannya, dalam keadaan bagaimana pun, kapan pun, dan di mana pun dia berada: di daratan maupun di lautan, di malam ataupun di siang hari, di tempat keramaian ataupun di tempat sepi. Semuanya itu, menurut ilmu-Nya Allah adalah sama, yaitu berada di bawah pengawasan dan pengetahuan-Nya. Dengan demikian, seorang yang meneladani Al-Raqîb menyadari bahwa semua yang diucapkannya, dilihatnya, didengarnya, bahkan semua lintasan hatinya ada dalam pengawasan dan pengetahuan Allah Ta'ala. ***

Pertobatan Fudhail bin ‘Iyyadh

Sepercik hidayah dari Allah Ta’ala akan dapat mengubah jalan hidup seorang hamba secara keseluruhan. Itu pula yang terjadi pada Fudhail bin ‘Iyadh, seorang sufi kenamaan masa thabi’it thabi’in. Melalui sebuah peristiwa, Allah Ta’ala mampu mengubah haluan hidupnya sehingga berubah pula perjalanan nasibnya dari seorang ahli maksiat menjadi ahli taat.

Dalam Siyar A’lam An-Nubala, Imam Adz-Dzahabi menceritakan kisah pertobatan sufi besar ini. Fudhail bin ‘Iyadh dulunya seorang penyamun yang menghadang orang-orang di daerah antara Abu Warda dan Sirjis. Hidayah yang menyentuh relung hatinya kedatangannya bermula di suatu malam. Ketika itu, dia terpikat seorang wanita cantik tak bersuami. Suatu malam dia berusaha menyelinap ke rumah wanita tersebut.

Namun, ketika hendak memanjat tembok, Fudhail tertegun. Rupanya si wanita tengah membaca Al-Quran. Dia makin terhanyut tatkala mendengar wanita itu membaca ayat ke-16 dari QS Al-Hadîd, “Belum datangkah waktunya bagi orang-orang yang beriman untuk tunduk hati mereka guna meningat Alah serta tunduk kepada kebenaran yang tleh turun kepada mereka dan janganlah mereka seperti orang-orang yang sebelumnya telah turun Al-Kitab kepadanya, kemudian berlalu masa yang panjang atas mereka lalu hati mereka menjadi keras, dan mayoritas mereka adalah orang-orang yang fasiq.”

Hati Fudhail pun tergetar. Ayat itu seakan-akan ditujukan kepadanya. Hatinya yang sekian lama dibaluri karatan dosa seakan terkuak. Cahaya iman yang telah sekian lama padam, kini bersinar kembali. Saat itu ambruklah nafsu syahwatnya. Dia tertunduk lesu dan menangis. Dia pun berkata, “Tentu saja wahai Rabbku. Sungguh telah tiba saatku (untuk bertobat).

Fudhail kemudian turun ke reruntuhan bangunan, tempat di mana dia tinggal. Tiba-tiba saja sekelompok orang yang lewat. Sebagian mereka berkata, “Kita jalan terus!” Sebagian yang lain berkata, ”Kita jalan terus sampai pagi, karena biasanya Fudhail menghadang kita di jalan ini.”

Fudhail menceritakan, ”Kemudian aku merenung dan bergumam. Aku menjalani kemaksiatan-kemaksiatan di malam hari dan sebagian dari kaum muslimin ketakutan kepadaku, dan tidaklah Allah menggiringku kepada mereka ini melainkan agar aku bertobat kepada-Mu dan aku jadikan tobat itu dengan tinggal di Baitul Haram.”

Sejak peristiwa itu, kelakuan Fudhail berubah 180 derajat. Dia larut dalam ibadah dan mencari ilmu, sampai akhirnya menjadi seorang sufi agung pada zamannya. ***

Wakaf Al-Qur'an

per 1 mushaf
Rp.75000
boleh lebih dari 1

1140005032

2332653599

13200001090141

7079912225

040801000460307

1021017047

Ketik: Nama#Kota Asal#WQ#Jumlah Uang#Bank Tujuan#E-mail
Kirim ke HP/WA : 081223679144 / BB:2B4E2B86

www.tasdiqulquran.or.id | Facebook: Tasdiqul Qur'an | E-mail: tasdiqulquran@gmail.com